Quelques causes pouvant expliquer, seules ou en combinaison une « surutilisation » des écrans / des jeux vidéos par la personne autiste

Causes directement liées à l'autisme

Particularités langagières et de communication

- Communiquer de manière non verbale
- Apprendre sans passer par le langage, la communication ou la socialisation

Particularités cognitives

- Environnement prévisible, moins besoin de réfléchir
- Environnement prévisible, déficit de cohérence centrale moins handicapant que dans le monde réel, permet d'éviter la surcharge cognitive
- Intérêt spécifique

Anomalies sensorielles

- Recherche de stimuli (hyposensibilités)
- Éviter la surcharge sensorielle par un environnement adapté aux particularités sensorielles (hypersensibilités)

Fatigabilité

- Besoin de retrait social pour récupérer de l'anxiété liée aux exigences sociales neurotypiques
- Besoin d'un environnement qui répond aux particularités sensorielles pour récupérer de la surcharge sensorielle
- Besoin d'un environnement prévisible pour récupérer de la surcharge cognitive
- Éviter un effondrement autistique en évacuant les tensions accumulées

---

- L'utilisation de scripts d'interactions est considérée valide et normale dans le contexte du jeu vidéo (communication prévisible, structurée et thématique)
- Le jeu est une forme de stéréotypie (mouvements répétitifs calmants, stimulants ou structurants)
- Fuir les exigences sociales neurotypiques parce qu'on ne les comprend pas et cela engendre fatigue et anxiété (manque de formation en psychologie et communication neurotypiques)
- Fatigabilité générale
- Fuite virtuelle d'abus, de violence ou de négligence, car incapacité à dénoncer ou la personne autiste n'est pas crue quand elle dénonce
- Pas assez d'accommodements et de soutien dans le monde réel, fuite dans un monde qui est plus adapté à ses particularités et qui comporte des possibilités d'autoaccommodement

Causes indirectement liées à l'autisme

Besoins socioaffectifs

- Apprendre à socialiser (développer ses habiletés)
- Trouver des personnes compatibles
- Trouver des personnes qui pensent comme moi, qui me comprennent
- Être considéré normal et valide par les autres
- Ne pas sentir que j'accable les autres par ma simple existence ou présence
- Faire partie d'une communauté (sécurité, soutien, appartenance)
- Environnement prévisible, sentiment de sécurité
- Besoin de connaissance et de compétence (estime de soi, reconnaissance des autres)
- Peur de l'échec dans le monde réel (si j'échoue, je suis stupide, mais ma seule valeur reconnue par les autres est mon intelligence)
- Subir ou avoir subi de la violence, des abus, de la négligence, de l'exclusion sociale - besoin de fuir une réalité insupportable
- Style d'attachement spécifique : avoir conclu que les relations sont nécessairement source de souffrance de part et d'autre et que les relations n'apportent rien de positif (relations = inutiles et dangereuses)
- Fuir une relation néfaste avec les parents, typiquement : jeune déprimé et désabusé de la vie à cause de ses échecs liés à ses incapacités et du rejet social lié à sa différence – parents épuisés (burn-out d'aidant) ou frustrés d'avoir un fils ou une fille autiste (transparais dans l'attitude envers le jeune, via de la violence psychologique ou d'autres manières)

Causes non spécifiques à l'autisme

- Dépendance pure
- Besoin de s'amuser
- Vivre un moment de bien-être
- Développer un cercle social autre que la famille (ex. : adolescence)

Cet outil a été préparé par Isabelle Faguy, autiste